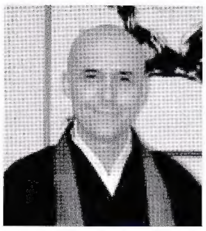
El verdadero propósito de meditar

Cuadernos de budismo

SEGUNDA ÉPOCA · N.º67 · INVIERNO 2008 · 5'50€

LA MEDITACIÓN ES LA MEDICINA • ¿QUIÉN ES Y DÓNDE ESTÁ THUBTEN YESHE?
RASTROS DE BUDISMO TIBETANO EN BEIJING • PRINCIPIOS DEL DSOGCHEN
ENTREVISTA CON GUESHE TENZIN TAMDING • BUDISMO Y ARTE ORIENTAL II



Ven. Aigo Seiga Castro
maestro budista Zen, fundador de la Tradición Budadharma Zen Soto

No manches la mente con la meditación

Canta Saraha: "No Tantra, no mantra, no reflexión, no rememoración. ¡Eh necio! Todo esto es causa de error. La mente es sin mancha; no la manches con la meditación. Ya vives en el gozo; no te atormentes ya más" (*Dohakosa*, 23). Tomados literalmente, los versos del Mahasiddha Saraha podrían malinterpretarse como una advertencia sobre la inutilidad de la meditación. Pero nada más lejos de la realidad: su poesía surgió de una meditación liberada del discurrir y el recordar: sin mancha. Con ello, Saraha apunta a no confundir las prácticas meditativas "que manchan" con su opuesto libre de toda contaminación. Ahora bien, ¿cuáles son esas meditaciones "que manchan" la mente? Son todas aquellas que se apoyan en un objeto mental, sensorial, propósito, o bien cualquier nivel de absorción meditativa (*dhyana*) adherido a lo condicionado. Si bien tales prácticas son necesarias dentro del ámbito mundano y enfocadas correctamente, sirven de base para trascenderlo, sin embargo, desde la perspectiva última, son meditaciones que oscilan entre dos extremos: el de un sujeto que medita y un objeto meditado, o bien, el de un sujeto que se enajena de sí mismo y de su objeto de meditación. En ambos casos, la mente se mancha con una meditación susceptible de reafirmar la identificación/apego al yo y sus posesiones, perpetuando así el ciclo del sufrimiento y la ignorancia.

Entonces, ¿en qué consiste la meditación que no mancha la mente? ¿Cuál es la meditación genuina y definitiva? Es la meditación practicada por los Budas, donde no hay nada concreto sobre lo que meditar y que reside en la naturaleza última de la mente. Como el punto clave de esta meditación no es su objeto, que por su propia naturaleza queda excluído, sino la mente que medita, analizaré a continuación tres de sus aspectos fundamentales.

Vaciedad. La meditación favorita del Buda radica en la naturaleza vacía de la mente: "con frecuencia moro en la vaciedad" (*Culasuññata Sutta*, MN. 121, 3). Aquí la vaciedad de la mente se entiende como ausencia de existencia inherente del yo y ausencia de existencia inherente de los objetos. Esto no significa que no haya actividad mental/emocional o que no haya cosas. Aquí ya no se reconstruye la noción de un "yo" o "sí mismo" fijo, sólido, de esa vieja auto-referencia habitual que se identifica como "esto soy yo". Aquí los objetos se contemplan tal como son en sí mismos, en su naturaleza desnuda, luminosa, libre, antes de ocultarse bajo los velos de etiquetas y categorías elaboradas por el yo. Aquí la doble naturaleza fenoménico-vacía de cada cosa co-emerge simultáneamente sin dualidad. Y naturalmente, esta mente vacía se halla desligada de cualquier clase de conciencia.

Más allá de las conciencias. Según el maestro de Tantra y Zen Eisai, se accede a la meditación del Buda: "al liberarse de la mente, el órgano mental y las conciencias sensoriales" (*Kozen gokoku ron*, VII). Esto excluye todas las modalidades de conciencia, o en términos Yogachara, las ocho conciencias: mente como conciencia receptáculo (*alaya-vijñana*); órgano mental como conciencia del sí mismo (*manas*); y las seis conciencias sensoriales (*vijñana*): conciencia mental y cinco conciencias físicas: visual, auditiva, olfativa, gustativa y táctil. Es decir, la mente que medita lo último no surge ni depende de ninguna conciencia, ya sea del inconsciente profundo y mucho menos de una conciencia ligada al yo o a los sentidos materiales. Ahora bien, aunque no se adhiera a ninguna conciencia, la meditación última conoce cada conciencia y cada objeto de un modo sin parangón al conocer ordinario.

Conocimiento no-discrimi-

> Los estados alterados de conciencia que aislan la mente de sus funciones normales no producen ningún conocimiento.

nativo. Sin duda, se trata de la característica esencial de la meditación última del Buda, y curiosamente, es también la que suscita mayor confusión. La "no-discriminación" suele entenderse como ausencia de pensamiento, concentración fija, intuición instintiva u otras malinterpretaciones similares. Pero en realidad, se trata de un conocer que no toca los fenómenos ni se involucra en el pensamiento discriminativo. Me basaré en Asanga (*Mahayana-samgraha*, VIII, 2) para aclarar en qué consiste esta no-discriminación. Dado que se trata de un conocimiento que trasciende todo concepto, se emplean indicaciones de lo que no es para señalar su verdadera naturaleza exenta de categorías.

El conocimiento no-discriminativo no es ausencia de percatación. Si el mero no darse cuenta lo fuese, entonces cualquier estado inconsciente (embriaguez, sueño, etc.) sería no-discriminación, pero evidentemente, de tales estados ordinarios no surge ningún conocimiento. Por tanto, aquí se perciben los objetos tal como aparecen en su naturaleza dármica, sin implicación emocional de apego o rechazo.

El conocimiento no-discriminativo excluye y supera el ámbito de la ideación y la reflexión. Aquí no se da ninguna clase de "pensar sobre", ya sea a nivel de conciencia ordinaria o a nivel de las absorciones meditativas, que en su mayoría, se apoyan en alguna clase de elaboración conceptual, ya sea abstracta o sensorial.

El conocimiento no-discriminativo no es la cesación de la percepción ni la sensación. Tampoco es el opuesto de la actividad mental, es decir, la supresión de las facultades perceptivas y sensoriales. Los estados alterados de conciencia que aislan la mente de sus funciones normales no producen ningún conocimiento. Por el contrario, la no-discriminación, precisamente porque es un *conocimiento*, observa y siente los objetos, de lo contrario, ¿cómo podría darse el conocimiento de la realidad?

El conocimiento no-discriminativo no tiene naturaleza material. Se trata de un acto puramente cognitivo, sin dependencia alguna con los órganos sensoriales y sus objetos. Aquí se entiende la materia en todo su ámbito, que abarca desde los elementos materiales burdos (solidez, cohesión, temperatura y vibración), órganos físicos (ojo, oído, etc.) y sus objetos (formas, sonidos, etc.) y partículas subatómicas, hasta las modalidades más sutiles de materia mental: la producida por la imaginación, sueños, fenómenos paranormales y estados meditativos. La no-discriminación se halla desligada de la materia en toda su diversidad.

El conocimiento no-discriminativo no es una descripción de la realidad. Capta directamente la naturaleza última de mente y objetos sin recurrir a conceptos, explicaciones, comparaciones, metáforas o símbolos. Todo este "hablar sobre" la realidad queda abandonado.

Entonces, se da la inevitable pregunta: si el conocimiento no-discriminativo no surge de las conciencias ordinarias ni tampoco de la materia, ¿de dónde surge? Este conocimiento no se apoya en ninguna clase de mente ni en la no-mente, o si se quiere, en ningún pensamiento ni en el no-pensamiento. Se trata de una cognición singular, que juega libremente entre pensamiento y no-pensamiento, tomando ambos como reflejos de su naturaleza no-dual. Este punto fue ilustrado por el maestro Zen Dogen: "Piensa desde el no-pensamiento; ¿cómo pensar desde el no-pensamiento? Sin pensar ni no-pensar". Naturalmente, aquí se da la coincidencia de samsara y nirvana, el ámbito donde práctica meditativa (nivel condicionado) y realización (nivel incondicionado) expresan simultáneamente la Iluminación última, sin mancha de yo y mío.

O como afirman las enseñanzas del Lamdré: "porque la esencia de la conciencia pura es vaciedad, no se establece en nada, y por tanto, puede surgir como cualquier cosa".